

المدرسة تعمل على تحقيق وإكساب التلاميذ قدرات كافية من اللياقة البدنية والصحية،

برامج وأنشطة التربية البدنية والرياضية بما يتناسب مع مرحلة نموهم.

www.eddirasa.com

المطلوب:

(1) اذكر مع الشرح عناصر اللياقة البدنية.

(2) اذكر مع الشرح طرق تنمية هذه العناصر.